

# Der Inhalt des Buches

07   Vorwort – Vegetarisch vom Feinsten	189   Das passende Getränk
09   Einladung zum Genießen	190   Menüvorschläge für viele Anlässe und Gelegenheiten
10   Besondere Gewürze	194   Übersicht vegane Rezepte
13   Clevere Küchenutensilien	196   Rezeptregister
	200   Impressum

## **14 | Vorspeisen**

Safran-Orangen-Hummus, cremige Flans, luftige Muskatkürbis-Muffins, Sommerliche Tomaten- und Paprika-Variationen – verheißungsvoller Auftakt zu allen Köstlichkeiten, die noch folgen.

## **46 | Suppen**

Apfel-Möhren-Süppchen mit Prosecco, Samtige Tomatensuppe, Schwarzwurzel-Cremesuppe: klar, ganz leicht und voller Geschmack oder samtig-cremige Magenstreichler.

## **64 | Salate**

Spargel-Morchel-Salat mit Vanille-Vinaigrette, Gazpacho-Salat mit Mandelpesto, Scharfer Möhren-Papaya-Salat – die köstlichen Salatsaucen und raffinierten Toppings machen jeden Salat zum Hochgenuss.

## **88 | Hauptgerichte**

Waldpilz-Risotto, Safran-Bandnudeln mit Steinpilz-Bolognese, gefüllte Zucchini Blüten, Pilzravioli mit Salbeibutter, Süßkartoffel-Kokos-Küchlein mit feinen Dips – ob Sie für sich selbst oder für Gäste kochen, unsere Hauptgerichte beeindrucken.

## **154 | Desserts**

Fruchtige Sorbets, zartschaumige Safran-Baisers, saftiger Orangen-Mandel-Kuchen – Höhepunkte feiner Menüs, die schon beim Lesen die Vorfreude wecken.

## **180 | Extras**

Würzöle und Pesti, Chutneys und Sirup, Vanillesalz und Vanillepfeffer: viele Rezepte für all die spannenden Zugaben, die einem Gericht den besonderen Kick geben.